



TREFPUNT KORTRIJK,

thuiszorgwinkel- cafétaria, Min. Tacklaan 43, 3de verdiep

Infozitdag: voorlopig gesloten tot nader bericht.

GSM: 0487/222112 - Inschrijvingen: BE59 0882 5580 1826

www.okrastadkortrijk.be

NIEUWSBRIEF - 18 de jg. - juli 2021

Jarenlang had ik meer grijs haar dan mijn moeder. Zij was nooit aan de verf begonnen, de paar grijze haren die ze had trok ze eigenhandig uit. Op mijn vijftigste had ik al heel wat grijze haren. Mijn dochters wilden niet dat iemand zag dat ik ouder werd. Ze zeurden aan mijn hoofd om toch maar mijn haar te kleuren. Op een mooie dag ben ik er dan toch aan begonnen, in de hoop de verf er langzaam uit te laten groeien. Maar dat was terug buiten de dochters gerekend. Zodra er een zweem van grijs tevoorschijn kwam kreeg ik geen complimentje. Mama, je zal je haar moeten kleuren, er is een uitgroei. En mama was weer aan de verf. De kleur van de verf is met de jaren veranderd van zwart naar aubergine, van donkerbruin naar midden bruin en lichtbruin. Mijn originele donkere haren stonden me niet meer als ik ouder werd.

Vorig jaar heb ik beslist om mijn haar niet meer te kleuren. Ik laat het met plezier vergrijzen. Dus, geen ambras meer met verf en kwasten, geen chemische middelen op mijn hoofdhuid, geen extra werk of zorgen.

Langzaam maar zeker doet de vergrijzing zijn intrede, en ik kreeg al een complimentje. Heb je mèches laten zetten. Nee hoor, natuurlijke vergrijzing. Mooi.

In de reclame las ik dat er shampoo is, speciaal voor grijze haren. Er zit blauw pigment in deze shampoo zodat de gele gloed verdwijnt. Ik dacht dat een gele gloed een warm gevoel zou geven, maar blijkbaar niet op grijs haar. De kerstlampjes mogen ook geen warm geel licht meer geven, het moet kil blauw zijn, dat is nu mode. Ik zal eens te rade gaan bij mijn oudere vriendinnen.

- Wanneer moet ik starten met shampoo voor grijs haar?
- Staat daar een minimumleeftijd op of een minimum hoeveelheid grijs haar?
-

Oh, ja, ben je een lezer, of ben je geen lezer? Dat maakt niet uit. Je moet zeker eens naar de bib om het dunne boekje 'Vergrijzing' van Diane Broeckhoven te halen. Het is een dagboek en leest als een trein en voor je het weet ben je aan de laatste bladzijde. Is het uitgeleend, geen zorg, neem dan eerst 'de buitenkant van meneer Jules', 'Kroniek van een overzichtelijk jaar' of haar nieuwste 'Souffleur' mee. Het zijn stuk voor stuk pareltjes van een schrijfster die ons, oude mensen, volledig begrijpt.

Vrolijke vergrijzende groeten,
Martine Vandenbussche

WANDELEN



Wanneer	Data	Uur	Start	Wie	Km
Donderdag	08/07	14:00	<p>Hoek Brugsesteenweg - Lijnwaadstraat (aan het verzekeringskantoor Certo, recht over de Sunset Bowling).</p> <p>Wandelroute via de Heulebeek, Heule Watermolen, Vlaszwingelmolensite en de Warande. Bijkomende info: Het vertrekpunt ligt ± 100 m voorbij (richting Ring Shopping) de bushalte 'Samenkomst' (buslijn 52-Tielt). Aan de Sunset bowling (permanent gesloten) zijn er fietsrekken voorzien. In de Brugsesteenweg en in de Lijnwaadstraat zijn er parkeermogelijkheden voor auto's. De wandelroute bevat enkele (goed begaanbare) onverharde stukken (aarde- en graswegen)!</p>	Luc Vanheyste	4 km
Donderdag	15/07	14:00	<p>Kerk Vichte (Oudenaardestraat)</p> <p>Vichte maakt deel uit van het wandelnetwerk 'Land van Streuvels'</p> <p>Wandeling langs de Kasselrijbeek. Verplaatsing: eigen vervoer, bus ... Een zeer <i>gevarieerde wandeling waarvan een groot deel langs wegeltjes</i></p>	Marnix	8 km
Dinsdag	20/07	14:30	<p>Budalys: Budastraat 52, Kortrijk</p>	Rita en Hendrik	1 km

FIETSEN



Donderdag	22/07	14:00	<p>Kerk St. Elisabeth Fietsnetwerk de Leiestreek</p> <p>De fietstocht brengt ons naar Avelgem en vandaar een stuk langs de Schelde naar Bossuit waar wij onze terugweg aanvatten langs het Kanaal.</p> 	Marnix	30 km
Vrijdag	23/07	14:00	<p>Ingang zwembad Lago, Nelson Mandelaplein 19, 8500 Kortrijk</p> <p>De beloofde fietstocht met Martine (Zie voorwoord nieuwsbrief mei 2021) Aandacht: geen elektrische fietsen. Korte en rustige tocht langs de Leie.</p>	Martine	

!! Sportverzekering, mondkmasker en afstand houden is verplicht.
Inschrijven verplicht
Enkel telefonisch op de okra gsm 0487/222112 tussen 18 en 20 uur.

Onze activiteiten

- **Leesclub donderdag 8 juli**: Met de leesclub komen we opnieuw samen, na lange afwezigheid, in *het okra-bureau (in de thuiszorgwinkel)*. Het boek "Pijn" van auteur Pieter Aspe wordt er besproken. Om 14.00 uur is er een babbel voorzien, om 14.30 uur beginnen we de bespreking. Wie niet aanwezig kan zijn verwittigt Magda en bezorgt het boek bij haar terug, ten laatste op 7 juli. Iedereen wordt gevraagd bij het binnenkomen een mondkmasker te dragen en de handen te ontsmetten."
- **Maandag 12 juli om 14 uur** in OC Lange Munte.
Gezellige namiddag met muziek van onze eigen DJ, dans voor wie een stapje lijdans wil en een lekker traktaat en veel tijd om te babbelen.
Waar: OC Lange Munte, Beeklaan 81, Kortrijk
Prijs: € 1 voor leden Okra en € 10 voor niet leden. Inschrijven door te storten op de rekening ten laatste tegen dinsdag 6 juli.



We zetten een stapje in de wereld met een daguitstap met de bus

- **Woensdag 28 Juli daguitstap Zeeland (max 50 pers)**
In Zeeland word je onthaald met een Zeeuwse bolus en een kopje koffie. Daarna gaan we naar de koeienboerderij en daar krijgen we een loeiend welkom. De jonge boer geeft jullie een boeiende rondleiding en vertelt je vol passie over zijn dieren!
We genieten van een lekkere 3-gangenlunch.
Vanaf Kruiningen vertrekken wij met onze gids voor een rondrit naar Colijnsplaat, voor een mooi uitzicht over de Oosterschelde en de Zeelandbrug vanachter de Dijk. We rijden over de Zeelandbrug en door het schitterde natuurgebied de Tureluur, korte stop bij de Schelphoek en langs de Plompe Toren naar de Stormvloedkering met een korte stop. Daarna is er vrije tijd in Middelburg. Omstreeks 17.30 uur keren we terug vanuit Middelburg naar de opstapplaats.
Opstapplaats: 1 Thuiszorgwinkel, Minister Tacklaan 43, Kortrijk om 8 uur.
2. OC De Lange Munte, Beeklaan 81, Kortrijk, om 8.10 uur.
Inschrijven: tegen uiterlijk 21 Juli 2021, met vermelding van de opstapplaats
Prijs: € 39 (busvervoer en middagmaal) : storten op de rekening.





Noteer alvast deze data in je agenda

- Vrijdag 27 augustus: Daguitstap met de bus naar de Westhoek
- 13-14-15 september 2021: Driedaagse naar Giethoorn in Nederland met de leden die vorig jaar inschreven en het voorschot betaalden. Er zullen wellicht geen bijkomende plaatsen zijn. **Gelieve echter telefonisch te verwittigen als je ingeschreven bent en toch niet meekan.** Alle info en definitieve prijs in nieuwsbrief augustus.
- Woensdag 6 oktober: Daguitstap met de trein naar Lier.

Andere activiteiten:

- **Regionale wandeling – WAREGEM – maandag 5 juli – vrije start**

Afstand keuze uit 4,75 km + 7,4 km
(lussen blijven bewegwijzerd tot 31 juli)
Start OC Nieuwenhove, Kerkhofstraat 30 8790 Waregem
(parkeren op terrein bij de zaal)
Info Marc Neiryndck (OS+ Waregem) - 056 60 67 12 -
neiryndck_dejager@hotmail.com

Niet vergeten

- Circus van Rijsel (11/11/21): kaarten bestellen tot uiterlijk 6 juli 2021. : € 52 (bus inbegrepen) : te storten op de okra rekening.
- Mooiste Melodieën van de Lage Landen (28/10/21): kaarten bestellen kan nog tot 15 augustus 2021. € 40 voor okra leden – bus € 14 Te storten op de okra rekening.



Voor het bestuur:

Donderdag 29 juli tussen 10 en 11 uur: Ophalen nieuwsbrief augustus

Hoe kan je inschrijven voor een activiteit?

Voor een **betalende activiteit:**

Stort het gevraagde bedrag op de OKRA rekening BE59 0882 5580 1826_en schrijf bij vrije mededeling uw **naam (namen) en de betreffende activiteit.**

Voor een gratis of **niet-betalende activiteit:**

Telefoneer naar de okra Gsm: 0487/222112 of stuur een sms of spreek een boodschap in. Vermeld steeds uw naam.

Je kan ook online inschrijven op www.okrastadkortrijk.be: zie **eigen activiteiten:** klik op de link bij de betreffende activiteit of via mail naar

Inschrijvingen@okrastadkortrijk.be

Bij voorkeur bellen naar de gsm van okra tussen 18 en 20 uur. Op zondag rust de gsm even uit. Een boodschap inspreken kan altijd. Indien nodig wordt dan contact opgenomen. Vergeet niet om uw naam te vermelden.